

# 苦境体験における Posttraumatic Growth に関する研究 — 体験者の主観的意味づけに着目して —

目白大学大学院心理学研究科 西野 明樹  
目白大学人間学部 沢崎 達夫

## 【要 約】

苦境に立たされたとき、人は苦悩を抱く。しかし同時に、苦境下でもがき努めるなかで自身の心理的成長を感じることも稀ではない。Posttraumatic Growth (PTG) は、こうした“もがき (struggle)”の伴う肯定的な心理的変容の体験を捉える概念として知られている。

本研究では、人生のなかで最も辛かった苦境体験の想起を求めた後、その苦境体験を通じた PTG を問う質問紙調査を行った。紙上では他に、苦境体験からの経過時間や領域、過去・現在・未来において苦境体験から受ける影響の体験型等を尋ね、体験への意味づけや、希望を測る各尺度へも回答を求めた。

大学生270名分のデータに対する探索的因子分析からは、〈Relating to Others〉、〈New Possibilities〉、〈Spiritual Change〉、〈Personal Strength〉、〈Initiative〉の5下位尺度からなる「苦境体験における PTG 尺度」(全15項目)を得た。続いて、これら各得点について、経過月数及び希望の強さとの相関分析、体験型(苦痛継続型・未来期待型・現状維持型・成長実感型)を独立変数とした一元配置分散分析、継続性(過去のある出来事・過去の継続的体験・継続している体験)と領域(自分の人生や生き方・他者との関係性)を独立変数とした二元配置分散分析を行った。

統計的検討の結果、(a) PTG は時間経過とともに高まるものではないこと、(b) 過去の継続的な苦境体験で最も PTG が生じやすいこと、(c) PTG の生起は、現状を肯定的に捉えているのではなく、未来における肯定的影響を展望できているかと関連が深いことが示唆された。

**キーワード：** posttraumatic growth, 苦境体験への意味づけ, 希望, 未来

## 問題と目的

### 1. 苦境・逆境と人間の力

人生の苦境に立たされたとき、あるいは、自らが置かれている境遇の悲運さに気づいたとき、人は、極めて実存的な苦悩に苛まれる。従来、精神医学や臨床心理学分野の研究は、危機 (crisis)、困難 (difficulties)、喪失 (loss) 等の人々に心的打撃・負荷を与えうる様々な出来事を、専ら精神疾患や心身不調の危険因子として取り上げてきた。しかし、こうした苦境・逆境に置かれた者がそれに際してもがき努めること

で勝ち得る栄光は、芸術や文学でも取り上げられる人類史上の卓越した主題であり、多くの臨床文献 (clinical literature) が逆境から成長していく人間の力を記述している (Zoellner & Maercker, 2006)。アウシュビッツ収容所から生還した Frankl (1947 霜山訳 1971) が、その壮絶な体験とそれを生き抜くことを助けた未来への意志と希望に言及する『夜と霧』はその代表と言える。

## 2. 困難な境遇下でも健康な者への着目

1970年代, “当然滅入ってしまうような厳しい逆境下にいながら, なぜよい適応を示す者がいるのか”を解明しようとする動きが心理学関連領域で生じ始めた(石原・中丸, 2007)。

その先駆けとなったのが, 健康な発達にとって不利な状況(生理的早産, 虐待, 貧困等)に置かれた子ども達が“困難で脅威的な状況にもかかわらず, うまく適応する過程・能力・結果”(Masten & Reed, 1990)として知られるレジリエンス(resilience)の研究である。企業で働く管理職のストレス研究からは, “人間がコントロールできない事実性(facticity)を受け入れた上で気づきや意思決定の力を活かして可能性を選択していく実存的勇気”として, ハーディネス(Hardiness)(Kobasa, 1979)が提唱された。首尾一貫感覚(Sense of Coherence)は, 1970年代に医療社会学者のAntonovskyがイスラエルで行った調査で認めた, ナチス収容所から生還約30年後も心身ともに健康な更年期女性の共通項から導かれた概念である。“その人の生活・世界全般への志向性(orientation)”の一貫性(coherence)が高い程, 精神的健康も高いとされている(Antonovsky, 1979)。

困難な状況に置かれている(あるいは, 過去に置かれた)にもかかわらず精神的健康を維持している者への着目から得られた以上のような3概念は, 現在も, よい適応の背景要因や精神的健康の保護要因を探る研究でよく取り上げられている。

対して, ストレスフルな出来事や困難に直面した者によるその体験への意味づけ(meaning made)やその経験によって遂げた心理的変容への着目は, より近年の研究動向と言える。意味の再構築(meaning reconstruction)やアイデンティティの再構成等, 様々な観点から研究が試みられているなか, より体系的かつ実証的な研究が積み重ねつつある代表的概念が, Posttraumatic Growth (PTG) (Tedeschi & Calhoun, 1999)である(堀田・杉江, 2012)。

## 3. 困難な出来事への意味づけとPTG

PTGは, 主に遺族との自助集団療法の経験から見出された概念で, “the experience of

significant positive change arising from struggle with a major life crisis (危機的な出来事や困難な経験との精神的なもがき・闘いの結果生ずるポジティブな心理的変容の体験)”と定義づけられている(Calhoun, Cann, Tedeschi, & McMillan, 2000; 宅, 2010)。

それまで当たり前に持っていた信念や価値観では抱えられないような心理的衝撃の伴う出来事に直面し, “そうせざるを得ない状況下で精神的にもがく”ことでもたらされるPTGは, 経験前の適応レベルや心理的機能, 人生への気づき(awareness)を超えて発達すると言われている(Calhoun & Tedeschi, 2006)。また, “情緒的苦悩(emotional distress)”と“成長(growth)”は共存するとの考えを理論的背景に持っており(Tedeschi & Calhoun, 2004), 心的外傷後ストレス障害のスクリーニングテスト(高得点だと高リスク)と正の相関が示されることもある(Zoellner & Maercker, 2006)。

このようにPTGが捉えているものは, “弱さのなかにある成長”(尾崎, 2011)であり, よい適応や精神的健康への関心から発展してきた従来の概念とは次元が異なる(宅, 2010)。自らの手では抗いがたい苦難や困難に直面し, 苦境に立たされた者が新たな人生を構築していく過程に併走する臨床心理的援助に示唆を得るには, PTGについて知見を蓄積していくことにより高い意義が見出される。

## 4. 本邦におけるPTG研究の動向

諸外国のPTG研究では, 米国で開発された「Posttraumatic Growth Inventory (PTGI)」(全21項目)(Tedeschi & Calhoun, 1996)(第1因子から順に〈Relating to Others〉, 〈New Possibilities〉, 〈Personal Strength〉, 〈Spiritual Change〉, 〈Appreciation of Life〉)を用いた数量的検討が主流となっている。一方, 本邦では, 普賢岳噴火災害被災者(開, 2003)や脊椎損傷者(開, 2005)へのインタビュー, 東日本大震災被災児の手記(Ito & Iijima, 2013)等を素材に, PTGを質的に抽出した報告が目立つ。数量的検討は未だ黎明期にあり, 邦訳版PTGIを作成する試みのなかにあると言える。

Taku, Lawrence, Calhoun, Tedeschi, Gil-

Rivans, Kilmer & Cann (2007) は、PTGI の質問項目を邦訳した上で、日本の一般大学生に過去 5 年以内の traumatic/stressful events を経て生じた変化を問う質問紙調査を行った。そこから得られている「日本語版 PTGI (PTGI-J) (全 18 項目) は、PTGI と高い類似性を持っている。しかし、PTGI では〈Spiritual Change〉と〈Appreciation of Life〉に分けられていた項目が PTGI-J では〈Spiritual Change and Appreciation of Life〉(第 4 因子) に収束されており、開発者等はその理由として、日米の宗教的文化差を挙げている。

しかし、PTG において Spiritual な側面は、人生における危機や苦しみ、悲しみに直面しているながらも生じる肯定的変容や成長の“源 (source)”と言われる (Pargement, Desai & McConnell, 2006)。また本邦でも、質的研究においては、Spiritual Change の存在が示唆されている。PTGI-J は PTGI の文言を忠実に邦訳しており (例えば、「I have a stronger religious faith.」を「宗教的信念が、より強くなった」と邦訳)、日本人が「宗教」に対して持つ否定的印象が反映されたのではないかと考えられている (開, 2009; 尾崎, 2011)。

西野・黒沢 (2013) はこうした PTGI-J の限界を踏まえ、津波被災地の中学生の PTG を捉えるための事前調査として、PTGI を日本語に意識した 21 項目を用い、東日本大震災を通した PTG を問う質問紙調査を関東圏大学生に行った (例えば、先掲の項目を「宗教的な気持ち (人の力を越えたものを信じる気持ち) が強くなった」と意識)。その結果からは、「日本語版自然災害下 Posttraumatic Growth 尺度 (PTGND-J) (全 15 項目) が作成されており、津波被災地の中学生から収集したデータをもとにした確認的因子分析でも、PTGI-J より高い適合度が示されている。しかし、尺度作成の過程で、PTGI の〈Spiritual Change〉に含まれていた 2 項目は、共通性の低さから除外されている。津波による直接的被害のなかった首都圏大学生にとって、東日本大震災は“もがき”や Spiritual Change が生じるような体験ではなかった可能性が指摘されよう。

本邦では、PTG 研究としては位置づけられて

いないものの、日本の大学生がネガティブな経験を肯定的に意味づけるには、肯定的な未来志向や新奇性追求などの前向きな姿勢や感情調整能力が重要な役割を果たすこと、時間経過によって否定的意味づけが強まることが研究知見として報告されている (松下, 2007)。また、アイデンティティ研究の視座から大学生の危機と希望との関連に着目した大石・岡本 (2010) は、“失敗”と“挫折”の語意の違いを考慮し、より転機として捉えられやすく頻度よりも回復の難しさに焦点が当てられやすい“挫折体験”を取り上げた質問紙調査研究を行っている。その結果、希望の強さは過去の挫折体験の有無に左右されないこと、心理社会的危機への直面とそこからの解決にむけた試行錯誤を経て獲得されていくアイデンティティと希望には正の関連があること等が明らかにされている。

## 本研究の目的

そこで本研究は、出来事の発生時から一定時間持続する主観的な苦しみや悲しみの伴う“もがき”と Spiritual Change の生起が推測される“苦境体験”を取り上げ、日本の大学生が苦境体験において経験する PTG を数量的に捉えることを目的とする。また、ネガティブな体験への意味づけや挫折体験に注目することで得られている本邦の研究知見を、より体系化された心理学概念として国際的に用いられつつある PTG の観点から捉え直すため、時間的経過、体験への意味づけ、苦境体験の性質 (継続性、領域、体験型)、希望との関連についてもあわせて検討する。

## 方法

### 1. 調査概要

2013 年 6 月から 7 月にかけて、大学生を対象に質問紙調査を行った。調査用紙の配布は 3 大学 7 授業で行い、各授業時間前後に一斉に記入を求めた (調査実施授業の履修者数は延べ 540 名程度)。配布時には、調査の目的と方法、調査は授業とは別に筆者等の責任下で行われていること、調査協力は各学生の自由意思に委ねられていること、回答途中で体調不良や心理的負担を感じたときには回答を中断して欲しいこと等

を含む倫理事項について口頭及び調査用紙の表書きで説明し、すべてに同意できる場合にのみ、調査用紙への回答によって同意を意思表示するよう依頼した。

## 2. 調査用紙の構成

調査用紙ではまず、学年・年齢・性別を所定の空欄に書き入れるよう求めた。続いて、以下のようにして調査用紙上で取り上げる体験（出来事）を特定し、その体験（出来事）の性質、各尺度の質問項目について回答を求めるという構成にした。

### （1）取り上げる体験（出来事）の想起と特定

これまで生きてきたなかで「ふりかかっていた苦難」や「苦境に立たされた経験」について思い浮かべるよう促した。以後出てくる“その苦境体験”との表記はすべて、ここで思い浮かべた出来事（体験）に読み替えて回答するよう教示した。複数の体験が思い浮かんだ場合は、最も辛かったもの1つを指すこととした。

### （2）“その苦境体験”の性質について

**経過月数** “その苦境体験”がどのくらい前に起こった（起こり始めた）ことかについて、起点が1年以上前にある場合には年単位、1年以内にある場合は月単位で回答を求めた。

**継続性** “その苦境体験”の継続性について、（1）ある1時点に起こった過去の出来事（以下、〔過去のある出来事〕）、（2）一定の期間を伴った過去の継続的体験（以下、〔過去の継続的体験〕）、（3）今も継続している期間のある体験（以下、〔継続している体験〕）の3つから択一を求めた。

**領域** “その苦境体験”がどんな領域のものであったか、（1）〔自分の人生や生き方〕、（2）〔他者との関係性〕、（3）〔日常生活の物質的・経済的不足〕、（4）〔自分の生来的な能力や特徴〕、（5）〔その他（可能なら具体的に記述）〕から最適なものを選ぶよう求めた。

**体験型** 松下（2005）によれば、大学生に見られる過去のネガティブな体験への意味づけ方は、過去・現在・未来の3軸において受ける影響の正負を観点として、4つの代表的なタイプに分類される（苦悩継続型、未来希望型、忘却楽観型、成長確認型）。本研究では、松下（2005）の分類定義を踏襲しつつも、回答者が選択しやすいように簡略化したTable 1のような説明的記述を上から順にA～D型として提示し、自らの体験を最もよく説明する型を選ぶよう求めた。以下、Table 1に記載のように各体験型を略記する。

### （3）使用尺度

**苦境体験への意味の付与** 「ストレス体験への意味の付与尺度」（宅，2005）を用いた。ストレス体験への主観的意味づけを問う13項目からなり、〈ポジティブな側面への焦点づけ〉、〈出来事を経験した自己に対する評価〉、〈出来事のもつメッセージ性のキャッチ〉を下位尺度に持つ。宅（2005）の質問項目は過去形であったため、苦境体験が〔継続している体験〕である可能性を考慮し、現在進行形と過去形を併記した（例：「この体験から、何か得るものもある（あった）と思う」）。“その苦境体験”について、「1. 全くあてはまらない」から「4. とてもよくあてはまる」までの4件法で回答を求めた。

Table 1 苦境体験に対する4つの体験型と提示した説明的記述の内容

体験型	調査用紙で提示した説明的記述の内容	各時点での影響の正負		
		過去	現在	未来
苦痛継続型	今もかつても否定的な影響を受けているし、これからの未来においても否定的影響を受けるだろう	(-)	(-)	(-)
未来期待型	過去から現在にかけて否定的影響を受けているが、やがては乗り越えていきたいし、乗り越えていけるだろう	(-)	(-)	(+)
現状維持型	かつては否定的影響を受けていたが、今は受けていないし、これからも否定的影響を受けることはないだろう	(-)	(±)	(±)
成長実感型	かつては否定的影響を受けていたが、今は自分を成長させてくれたように感じられるし、今後も大事な経験となっていくだろう	(-)	(+)	(+)



**苦境体験を通じて生じたPTG** PTGI (Tedeschi & Calhoun, 1996) を用いた。出来事を経て生じる心理的变化をどのくらい体験したかを問う21項目からなる。PTGIは英語表記の質問項目で構成されているため、信頼性分析・確認的因子分析等によって妥当性・信頼性が確認されているPTGI-J (宅, 2010), PTGND-J (西野・黒沢, 2013) の邦訳を使用した。「その苦境体験」を通じた「変化について, 「0. 全く経験しなかった」から「5. 非常に強く経験した」までの6件法で回答を求めた。

**希望** 小泉・伊藤・宮本 (1999) がHearth (1991) の邦訳版として作成した「日本語版 Herth Hope Index (HHI)」を使用した。“個人にとって意味を成す欲求が将来実現することを目指す期待のプロセス (Gaskins & Forte, 1995)”としての希望を測定する尺度で、青年期の学生と健康な高齢者への調査によって、十分な信頼性と妥当性が確認されている。〈情緒的・交流的側面〉, 〈時間的・認知的側面〉, 〈状況的・行動的側面〉の3下位尺度 (各4項目) からなる12項目について, 「1. 全くあてはまらない」から「4. 全くその通りだ」までの4件法で回答を求めた。

## 結果

### 1. 分析の対象

回収された調査用紙 (354名分) から, 回答に不備があったもの, 年齢が30歳以上であったものを除き, 332名分 (有効回答率93.7%) の有効回答を得た (Table 2)。以後本研究では, “その苦境体験”の領域による分類で十分なデータ数が得られなかった, (3) 日常生活の物質的・経済的な不足, (4) 自分の生来的な能力や特徴, (5) その他 を選択した者を除いた270名分のデータを分析対象とした (平均年齢19.50歳,  $SD = 1.33$ )。

### 2. 測度の精査

すべての使用尺度項目に天井効果・床効果がないことを確認した後, 測度の精査を行った。

**苦境体験への意味づけ** ストレスに対する意味の付与尺度 (全13項目) は高校生対象の調査から得られている (宅, 2005)。本研究では大学生に調査したため, 先行研究を参考に, 因子数を3に固定して因子分析 (最尤法, Promax回転) を行った。その結果, 2項目が複数因子に高い負荷量を示した。この2項目を削除して同様の因子分析を行ったところ, 11項目すべてが先行研究と同因子にまとまった。各下位尺度

Table 2 有効回答と分析対象データの内訳 (単位: 名)

		有効回答 ( $N=332$ )	分析対象 ( $N=270$ )
性 別	男性	133	103
	女性	199	167
継 続 性	過去のある出来事	79	67
	過去の継続的体験	186	149
	継続している体験	67	54
領 域	自分の人生や生き方	114	111
	他者との関係性	166	159
	日常生活の物質的・経済的不足	13	—
	自分の生来的能力や特徴	29	—
	その他	10	—
体 験 型	苦痛継続型	45	37
	未来期待型	92	75
	現状維持型	45	38
	成長実感型	150	120

のアルファ係数 (Cronbach) は  $\alpha = .812$  — .882であった。そこで、宅 (2005) に倣い、項目得点を単純加算した数値を〈ポジティブな側面への焦点づけ〉得点、〈出来事を経験した自己に対する評価〉得点、〈出来事のもつメッセージ性のキャッチ〉得点とし、苦境体験への主観的意味づけの指標とした (Table 3)。

**苦境体験におけるPTG** PTGI (全21項目) について、先行研究 (Tedeschi & Calhoun, 1996) と同様の5因子構造を想定し、因子分析 (最尤法, Promax回転) を行った。その結果、3項目が複数因子に高い負荷量を示し、1項目で負荷量の最高値が.30を下回った。これら計4項目を削除して再度同様の因子分析を行ったが、2項目で負荷量の最高値が.30を下回った。この2項目を削除して再度同様の因子分析を行ったところ、残った15項目が5つの因子にまとまった。第1・第3・第4因子には、それぞれPTGIの〈Relating to Others〉、〈Spiritual Change〉、〈Personal Strength〉の項目が集まっ

た。第2・第5因子には、PTGIの〈New Possibilities〉が分かれ、さらに他の因子から1項目が加わっていた (Table 4)。信頼性係数 (Cronbach) は、第1因子から順に  $\alpha = .819$ ,  $\alpha = .811$ ,  $\alpha = .778$ ,  $\alpha = .758$ ,  $\alpha = .793$ であった。項目数の少ない下位尺度でアルファ係数が.80をやや下回ったが、PTGIにも2項目からなる因子があること、全体の因子構造に類似性があることを鑑み、この15項目を「苦境体験におけるPTG尺度」として採用した。尺度得点及び下位尺度得点は項目得点を単純加算した数値とし、それぞれ、苦境体験PTG尺度得点、〈Relating to Others〉得点、〈New Possibilities〉得点、〈Spiritual Change〉得点、〈Personal Strength〉得点、〈Initiative〉得点とした。

**希望** 日本語版HHIについては、すでに日本の大学生を対象とした調査で信頼性・妥当性が確認されている。質問項目の改変は一切行わなかったため、小泉・伊藤・宮本 (1999) の採点方法をそのまま採用し、日本語版HHI得点及び

Table 3 ストレス体験への意味の付与尺度の因子分析結果

項 目 内 容	I	II	III
<b>Factor 1 〈ポジティブな側面への焦点づけ〉 (<math>\alpha = .882</math>)</b>			
3 この経験のおかげと思えるようなことがある (あった) と思う	.776	-.068	.063
8 これは自分にとって大切な経験になるだろう (なった) と思う	.772	.010	.036
10 このことは、これもこれでいい機会だ (だった) と思う	.755	.109	-.089
5 この経験から、何か得るものもある (あった) と思う	.732	-.047	.120
7 このことに、何かいい面もあるかもしれない (あったかもしれない) と思う	.708	.038	-.004
<b>Factor 2 〈出来事を経験した自己に対する評価〉 (<math>\alpha = .812</math>)</b>			
4 こういう経験をしている (した) 自分をほめてあげたいと思う	.060	.858	-.013
12 こういう経験をしている (経験した) 自分のことを、自分でもすごいと思う	-.106	.773	.054
9 このときのことは、自分のなかで、よく頑張っている (頑張った) 方だと思う	.091	.635	-.027
<b>Factor 3 〈出来事のもつメッセージ性のキャッチ〉 (<math>\alpha = .821</math>)</b>			
2 このことは、人生や生き方について考えてみなさいというメッセージだ (だった) と思う	-.081	-.010	.947
1 このことには、何か自分へのメッセージがある (あった) と思う	.175	-.042	.731
6 このことは、自分らしさについて考えてみなさいというメッセージだ (だった) と思う	.124	.173	.445
因 子 間 相 関			
	I	—	.493**
	II		—
	III		

因子抽出法：最尤法 (Promax回転)  
N=270.

\*\* $p < .01$ .

Table 4 苦境体験における PTG 尺度の因子分析表

項 目 内 容	I	II	III	IV	V	PTGI <sup>a</sup>	PTGI-J <sup>b</sup>
<b>Factor 1 〈Relating to Others〉 (<math>\alpha = .819</math>)</b>							
11 今ある人間関係を大切にしようと努力した	.973	-.120	-.091	-.015	-.049	I	I
9 他者に対して、より思いやりの気持ちが強くなった	.723	.021	-.033	.000	.024	I	I
8 自分が他の人たちを必要としていることがわかった	.601	-.097	.131	-.029	.162	I	I
21 他の人たちに親密感を持つようになった	.530	.195	.124	.091	-.058	I	I
<b>Factor 2 〈New Possibilities〉 (<math>\alpha = .811</math>)</b>							
1 新たな自分の生き方が見つかった	-.071	.848	-.070	-.050	.026	II	II
19 自分の人生に対してより良く取り組めるようになった	.106	.645	-.140	.326	-.118	II	II
13 この体験なしにはありえなかったような新たなチャンスに恵まれた	-.146	.638	.095	-.007	.150	II	II
2 人間のすばらしさを強く実感した	.190	.490	.229	-.082	.009	I	IV
<b>Factor 3 〈Spiritual Change〉 (<math>\alpha = .778</math>)</b>							
15 神秘的なことへの関心が深まった	.000	-.033	.988	.039	-.078	IV	IV
16 宗教的な気持ち（人の力を越えたものを信じる気持ち）が強くなった	-.004	-.013	.687	.033	-.041	IV	IV
<b>Factor 4 〈Personal Strength〉 (<math>\alpha = .758</math>)</b>							
20 自分は困難に立ち向かうことができるとわかった	.051	-.054	-.015	.998	.030	III	III
14 思っていたよりも自分は強い人間だということがわかった	-.130	.005	.186	.530	.126	III	III
<b>Factor 5 〈Initiative〉 (<math>\alpha = .793</math>)</b>							
6 変化の必要な事柄について、自ら変えていこうと試してみるようになった	.064	.033	-.177	.109	.782	II	II
7 新たな事柄に興味を持つようになった	-.013	.157	.138	.079	.503	II	II
5 自分の気持ちを出そうと思えるようになった	.305	.145	.030	-.088	.432	I	I
因 子 間 相 関							
I	—	.582**	.356**	.439**	.650**		
II		—	.490**	.612**	.704**		
III			—	.366**	.394**		
IV				—	.572**		
V					—		

因子抽出法：最尤法（Promax回転） $N=270$ .\*\* $p<.01$ .

a I : Relating to Others, II : New Possibilities, III : Personal Strength, IV : Spiritual Change, V : Appreciation of Life

b I : Relating to Others, II : New Possibilities, III : Personal Strength, IV : Spiritual Change and Appreciation of Life

その下位尺度得点（〈情緒的・交流的側面〉得点、〈時間的・認知的側面〉得点、〈状況的・行動的〉得点）を希望の指標とした。

### 3. 経過月数とPTG及び意味づけ

起点からの経過月数とPTGとの関連を見るため、苦境体験におけるPTG得点及びその各下位尺度得点と、経過月数（ $M=39.9$ ヶ月（ $Min=1$ ,  $Max=180$ ）, 12ヶ月以内30.0%, 13–36ヶ月31.1%, 37–60ヶ月15.9%, 61ヶ月以上23.0%）との間で順位相関係数（Spearman）を算出した。その結果、〈Initiative〉得点との間でごく弱い負の相関（ $\rho=-.146$ ,  $p<.05$ ）が有意

であったが、その他は無相関であった。

同様に、ストレス体験への意味の付与尺度の〈ポジティブな側面への焦点づけ〉得点、〈出来事を経験した自己に対する評価〉得点、〈出来事のもつメッセージ性のキャッチ〉得点についても経過月数との間で順位相関分析（Spearman）を行った。その結果、〈出来事のもつメッセージ性のキャッチ〉得点との間に有意なごく弱い負の相関が見られた（ $\rho=-.153$ ,  $p<.05$ ）。他の2下位尺度得点とは無相関であった。

### 4. 希望とPTG及び意味づけ

調査用紙において、苦境体験について限定的

に問うことで得た苦境体験PTG尺度及びストレス体験への意味の付与尺度の各得点が、苦境体験に限定せずに問うた日本語版HHIの各得点とどのような関連をもっているかを知るため、Personの積率相関係数を算出した。日本語版HHIの各得点は、苦境体験PTG尺度得点 ( $r = .488, p < .01$ ) 及び〈Spiritual Change〉得点以外の4下位尺度得点 ( $r = .288 - .508, p < .01$ )、ストレス体験への意味の付与尺度の3下位尺度得点 ( $r = .256 - .460, p < .01$ ) と、弱から中程度の有意な正の相関を持つことがわかった (Table 5)。

## 5. 苦境体験の体験型とPTG

苦境体験の体験型とPTGとの関連を調べるため、苦境体験PTG尺度得点及び5つの下位尺度得点を従属変数、体験型 (4タイプ) を独立変数とした一元配置分散分析を行ったところ、〈Spiritual Change〉得点以外で体験型の有意な主効果が認められた (Table 6)。

続いて、各タイプ間の得点差を検討するため、下位検定 (Tukey HSD法) を行った。その結果は以下の様であった。(a) 苦境体験PTG尺度得点は、苦痛継続型よりも未来期待型で有意に高く ( $p < .05$ )、成長実感型は他の3タイプよりも有意に得点が高い ( $p < .05$ )。(b) 〈Relating to Others〉得点は、苦痛継続型よりも未来期待

Table 5 相関分析の結果 (N=270)

	日本語版HHI得点			
	〈情緒的・ 交流的側面〉 得点	〈時間的・ 認知的側面〉 得点	〈状況的・ 行動的側面〉 得点	
苦境体験PTG尺度得点	.519**	.443**	.508**	.424**
〈Relating to Others〉得点	.395**	.360**	.384**	.288**
〈New Possibilities〉得点	.480**	.402**	.492**	.396**
〈Spiritual Change〉得点	.120**	.064**	.174**	.091**
〈Personal Strength〉得点	.374**	.310**	.407**	.300**
〈Initiative〉得点	.374**	.310**	.407**	.300**
ストレス体験への意味の付与尺度				
〈ポジティブな側面への焦点づけ〉得点	.460**	.405**	.439**	.341**
〈出来事を経験した自己に対する評価〉得点	.400**	.286**	.352**	.406**
〈出来事のもつメッセージ性のキャッチ〉得点	.370**	.309**	.379**	.256**

\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ .

Table 6 4つの体験型と苦境体験PTG尺度の各得点

	平均得点 (標準偏差)				F値	多重比較 (Tukey HSD法)
	i 苦痛継続型 (N=37)	ii 未来期待型 (N=75)	iii 現状維持型 (N=38)	iv 成長実感型 (N=120)		
苦境体験PTG尺度得点	26.51 (17.51)	34.68 (14.08)	30.53 (16.99)	40.54 (14.95)	9.89**	i < ii * i, iii, ii < iv **
I 〈Relating to Others〉得点	8.97 (5.27)	12.32 (4.86)	11.03 (6.14)	12.52 (4.89)	5.08**	i < ii, iv **
II 〈New Possibilities〉得点	5.97 (5.40)	8.16 (4.39)	7.13 (5.22)	11.06 (4.66)	15.11**	i, iii, iv < iv **
III 〈Spiritual Change〉得点	2.19 (2.91)	2.27 (2.38)	1.71 (2.27)	2.66 (2.87)	1.33**	—
IV 〈Personal Strength〉得点	4.32 (3.40)	4.49 (2.89)	4.71 (2.75)	6.10 (2.93)	16.53**	i, ii < iv **
V 〈Initiative〉得点	5.05 (4.30)	7.44 (3.75)	5.95 (4.18)	8.21 (3.79)	17.77**	i < ii *, i < iv ** iii < iv *

\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ .



型及び成長実感型の得点が有意に高い（いずれも  $p < .01$ ）。(c) 〈New Possibilities〉得点は、成長実感型の得点が他の3タイプより有意に高い（いずれも  $p < .01$ ）。(d) 〈Personal Strength〉得点は、苦痛継続型及び現状維持型に対して、成長実感型の得点が高い（ $p < .01$ ）。(e) 〈Initiative〉得点は、苦痛継続型よりも未来期待型及び成長実感型で得点が有意に高く（順に、 $p < .05$ ,  $p < .01$ ）、成長実感型は現状維持型よりも有意に得点が高い（ $p < .05$ ）。

## 6. 苦境体験の領域及び継続性とPTG

苦境体験の性質とPTGとの関連を知るため、苦境体験PTG尺度得点及び5つの下位尺度得点を従属変数、領域（2タイプ）、継続性（3タイプ）を独立変数とした二元配置分散分析を行った。領域と継続性との交互作用が有意であった場合には単純主効果の検定（Bonferroni法）、交互作用がなく主効果が有意であった場合にはTukey HSD法を用いて下位検定を行った。交互作用及び主効果が一切有意でなかった〈Spiritual Change〉得点、〈Initiative〉得点以外の結果を以下に述べる。

**苦境体験PTG尺度得点** 継続性と領域に交互作用が認められた（ $F(2,264) = 3.682$ ,  $p < .05$ ）。単純主効果の検定では、苦境体験の領域が「自分の人生や生き方」に関する場合は、苦境体験が「過去のある出来事」あるいは「過去の継続的体験」であるよりも、「継続している体験」である方が、得点が有意に低いことがわかった（いずれも  $p < .05$ ）。

**〈Relating to Others〉得点** 継続性と領域の

交互作用が有意であった（ $F(2,264) = 3.913$ ,  $p < .05$ ）。単純主効果の検定の結果、「継続している体験」の場合、領域が「自分の人生や生き方」であるよりも「他者との関係性」である方が、有意に得点が高かった（ $p < .01$ ）。

**〈New Possibilities〉得点** 交互作用はなく、有意な主効果が継続性（ $F(2,264) = 3.065$ ,  $p < .05$ ）と領域（ $F(1,264) = 4.947$ ,  $p < .05$ ）の双方に認められた。この結果から、「他者との関係性」よりも「自分の人生や生き方」の領域で有意に得点が高いことがわかった。下位検定では、「継続している体験」よりも「過去の継続的体験」で得点が高い傾向にあることが示された（ $p < .1$ ）。

**〈Personal Strength〉得点** 継続性と領域の交互作用が有意であった（ $F(2,264) = 3.075$ ,  $p < .05$ ）。単純主効果の検定を行った結果、苦境体験の領域が「自分の人生や生き方」である場合には、「継続している体験」より「過去の継続的体験」で得点が有意に高く、「過去のある出来事」の苦境体験である場合、「他者との関係性」より「自分の人生や生き方」の領域で得点が有意に高いことがわかった（ $p < .05$ ）。

## 7. 苦境体験の体験型と意味づけ

苦境体験の捉え方と意味づけとの関連を知るため、ストレス体験への意味の付与尺度の各下位尺度得点を従属変数、体験型（4タイプ）を独立変数とした一元配置分散分析を行った。その結果、すべての得点で体験型の有意な主効果が認められた（Table 7）。

Table 7 4つの体験型におけるストレス体験への意味の付与尺度の各下位尺度得点

	平均得点（標準偏差）				F値	多重比較 (Tukey HSD法)
	i 苦痛継続型 (N=37)	ii 未来期待型 (N=75)	iii 現状維持型 (N=38)	iv 成長実感型 (N=120)		
I 〈ポジティブな側面への 焦点づけ〉得点	10.27 (3.48)	13.44 (4.10)	11.95 (4.42)	16.56 (3.21)	36.03**	i < ii ** i, ii, iii < iv **
II 〈出来事を経験した 自己に対する評価〉得点	2.63 (.43)	2.83 (.33)	2.80 (.45)	2.86 (.26)	5.98**	i, iii < iv **
III 〈出来事のもつメッセージ 性のキャッチ〉得点	6.68 (2.78)	7.79 (2.36)	6.55 (3.03)	8.97 (2.35)	13.64**	i, iii, ii < iv **

\* $p < .01$ .

## 考察

### 1. 苦境体験におけるPTG

本研究では、PTGの測度としてPTGI (Tedeschi & Calhoun, 1996) を邦訳した21項目を用い、苦境体験〔「ふりかかってきた苦難」あるいは「苦境に立たされた経験」〕を通じて生じた変化について回答を求めた。探索的因子分析の結果、苦境体験におけるPTGの下位因子として、〈Relating to Others〉、〈New Possibilities〉、〈Spiritual Change〉、〈Personal Strength〉、〈Initiative〉の5つが得られた。

PTGIとの相違点としては、(a) 〈Personal Strength〉と〈Spiritual Change〉の順番が入れ替わっていること（順にPTGIでは第3因子、第4因子）、(b) PTGIの〈Appreciation of Life〉に含まれていた3項目はどれも分析過程で削除されていること、(c) PTGIの〈New Possibilities〉と〈Relating to Others〉から2項目と1項目が集まって〈Initiative〉を構成していることの3つが挙げられる。

### 2. 苦境体験の時間性とPTG

**経過時間とPTG生起** 世間ではよく“時が過ぎるのを待つ”ことで心理的傷つきが癒やされると言う。しかし、出来事の発生時点あるいは継続的体験の起点からの経過月数と苦境体験におけるPTG尺度の各得点について相関分析を行った結果、苦境体験PTG尺度得点及び、〈Initiative〉得点以外の各下位尺度得点は、経過月数と有意な相関を持っていないことが明らかとなった。また、経過月数との間に唯一有意な相関が認められた〈Initiative〉得点も、経過月数とは負の相関を持つことが示されている。松下(2007)は時間経過によって体験への否定的意味づけが強まることを明らかにしているが、PTG生起という観点からも、時間経過を待つことに積極的な意義は見出されないことが示唆されたと言える。

**苦境体験の継続性とPTG** 本研究では、苦境体験の性質を捉える一観点として3タイプの継続性を設けた〔過去の出来事〕、〔過去の継続的体験〕、〔継続している体験〕。

苦境体験PTG尺度得点と継続性の関連について見てみると、〔自分の人生や生き方〕に関す

る苦境体験において、継続性のタイプ間で得点差が生じていた。タイプ間の得点差は、苦境体験が一時点の出来事か継続的なものかではなく、すでに過去となっているか今も継続されているかによって生じており、すでに過去となっている場合に得点が高かった。一方、〔他者との関係性〕における苦境体験では、継続性3タイプ間で得点に違いはなかった。

下位尺度ごとに詳しく見てみると、継続性は〈New Possibilities〉得点において有意な主効果が認められており、〔継続している体験〕よりも〔過去の継続的体験〕で得点が高い傾向にあった。このことから、苦境体験によって新たな人生の可能性が開かれたと感じられるようなPTG体験は、苦境のただ中にあるときよりも、その苦境を過去の体験として振り返った際によく感じられるものであることが示唆される。これは、PTGは体験から一定期間を経た後に生起するというCalhoun & Tedeschi (2006) の見解を支持する結果と言える。

〈Personal Strength〉得点については、継続性と領域との交互作用が有意で、苦境体験が〔自分の人生や生き方〕に関する〔過去の継続的体験〕である際に最もPersonal Strengthが生じていることが明らかとなった。これについては、大学生によって挙げられる“挫折体験”の多くは、勉学や就職等において自分の能力に直面することを指す(大石・岡本, 2010)ことを考慮して理解する必要があるかもしれない。

### 4. 苦境体験におけるPTGと未来への希望

本研究では、苦境体験PTG尺度得点と日本語版HHI各得点との間に中程度の正の有意な相関を得た。また、Table 4に示したように、困難に向き合う強さを測っていると考えられる〈Personal Strength〉得点以外は何の得点も苦痛継続型、現状維持型、未来期待型、成長実感型の順に得点が高くなっており、現状維持型と未来期待型の間に有意差が見られるものもあった。このことから、PTGの生起は、現時点で受けていると感じている苦境体験からの影響ではなく、未来には苦境体験から肯定的影響を受けることになるだろうという肯定的な未来展望や希望の高さと正の関連を持つと考えられる。

## 5. 苦境体験への意味づけと PTG

本研究では、苦境体験における PTG 尺度とは別に、苦境体験への主観的意味づけの測度として、ストレス体験への意味の付与尺度を用いた。しかし、経過月数との順位相関、日本語版 HHI 各得点との積率相関、体験型を独立変数とした一元配置分散分析及び下位検定の結果は、どれも苦境体験 PTG 尺度得点とほぼ同様の結果を示し、注目に値するような PTG との差異を見出すことは出来なかった。このことから、PTG の生起には、苦境体験に対する意味づけが深く関係していると考えられる。

興味深い結果としては、〈Spiritual Change〉得点は体験型 4 タイプ間で有意差がなかったのに対し、それに近いものを測定していると考えられる〈出来事のもつメッセージ性のキャッチ〉得点は、成長実感型の得点が他の 3 タイプよりも有意に高かったことが挙げられる。〈Spiritual Change〉と〈出来事のもつメッセージ性のキャッチ〉はどちらも体験者本人に対して超越的な力を持つ何らかの存在が暗示されている項目からなっているが、〈Spiritual Change〉が超越的な力からの助けを感じているのに対して、〈出来事のもつメッセージ性のキャッチ〉は、苦境体験を超越的な力から与えられた試練と受け止めている。ごく弱くはあるが〈出来事のもつメッセージ性のキャッチ〉は経過月数と有意な負の相関を示しており、両者の異同については更なる追求の価値がある。

## 6. 本研究の成果と今後の課題

本研究では、出来事の発生時から一定時間持続する主観的な苦しみや悲しみの伴う“もがき”と Spiritual Change の生起が推測される“苦境体験”における PTG を取り上げた。その結果、これまで日本の文化的背景に沿わない構成概念と考えられてきた〈Spiritual Change〉を抽出することができた。

また、本研究によって新たに構成された苦境体験における PTG 尺度を使用することで、以下のような示唆を得ることが出来た。(a) 時間の経過を待つだけでは PTG 生起は促されない、(b) PTG は一定の期間を伴う継続的な苦境体験を経た後に最もよく経験される、(c) 日本人

も Spiritual Change を経験し得る、(d) PTG は現状を肯定的に捉えているか否かではなく、未来における肯定的影響を展望できているかと関連が深い、(e) 超然的な力によって助けられる感覚と試練を与えられている感覚は、異なる観点で捉える必要がある。

一方で、本研究は調査協力による心理的負荷の軽減を図り、苦境体験の内容について具体的記述を求めなかった。そのため、各個が調査用紙上で取り上げた苦境体験の詳細は不明である。いくつかの名義尺度（領域、継続性、体験型）を用いることでこの課題に対策を講じたが、十分とは言いがたい。

PTG は、過去の体験から現在までに生じた主観的な心理的変容の体験を問うことで測定される。PTG を取り上げる質問紙調査が同じく抱える課題として、レトロスペクティブな調査であることが挙げられ、得られた結果の客観性は十分に保証されない。しかし、そもそも PTG 研究は、クライアントが苦しみの中で一筋の光を見出す姿を、ポジティブな心理的変容という科学的現象として捉える試みを端緒としている。心理臨床家がクライアントから学ぶべき人間の成長可能性を研究知見として報告するとともに、臨床現場からのフィードバックを受けてさらなる概念的精緻化と測度の精錬を進めていく必要がある。

今後の研究課題としては、日本人の Spiritual Change 生起を左右し得る潜在変数の解明が求められる。その過程では、質的データの収集等によって項目数を増やす必要がある。また、PTG と未来展望や希望の影響関係を明らかにしていくことも意義深い。最後に、本研究は大学生を対象に質問紙調査を行っており、大学生ならではの発達の特徴が結果に反映されている可能性は否めない。多年齢層への調査は不可欠と言えるだろう。

## 【引用文献】

- Antonovsky, A. (1979). *Health, Stress and Coping: New perspective on Mental and Physical Well-being*. Jossey-Bass: San Francisco.
- Calhoun, L. G., Cann, A., Tedeschi, R. G., &

- McMillan, J. (2000). A correlational test of the relationship between growth, religion, and cognitive processing. *Journal of Trauma Stress*, **13**, 521-527.
- Calhoun, L. G., & Tedeschi, R. G. (2006). The foundations of Posttraumatic growth: An expanded framework. In Calhoun, L. G., & Tedeschi, R. G. (Eds.). *The handbook of posttraumatic growth: Research and practice*. Lawrence Erlbaum Association: Mahwah, New Jersey. pp.3-23.
- Frankl, V. E. (1947). *Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager*. Verlag für Jugend und Volk: Wien (霜山徳爾 (訳) (1971) 夜と霧—ドイツ強制収容所の体験記録— (改版) みすず書房)
- Gaskins, S., & Forte, L. (1995). The meaning of Hope: Implications for nursing practice and research. *Journal of Gerontological Nursing*, **21**, 11-16.
- Grotberg, E. H. (2003). What is resilience? How do you promote it? In E. H. Grotberg (Ed.) *Resilience for today: Gaining strength from adversity*. 2nd ed. Praeger Publishers: Westport, Connecticut. pp.1-30.
- Hearth, K. (1991). Development and refinement of an instrument to measure hope. *Scholarly Inquiry for Nursing Practice*, **5**, 39-51.
- 開浩一 (2003). 逆境から得たもの。雲仙普賢岳噴火災害から12年を迎えて—被災地区を事例として— 長崎ウエスレヤン大学 現代社会学部紀要, **1**, 21-30.
- 開浩一 (2005). 脊髄損傷者の受傷からの成長の可能性 長崎ウエスレヤン大学 現代社会学部紀要, **3**, 35-46.
- 開浩一 (2009). 危機からのスピリチュアリティの覚醒とポジティブな変容 長崎ウエスレヤン大学 地域総合研究所紀要, **7**, 35-39.
- 堀田亮・杉江征 (2012). ストレスフルな体験の意味づけに関連する研究の動向 筑波大学心理学研究, **44**, 113-122.
- 石原由紀子・中丸澄子 (2007). レジリエンスについて—その概念, 研究の歴史と展望— 広島文教女子大学紀要, **42**, 53-81.
- Ito, T., & Iijima, Y. (2013). Posttraumatic Growth in Essays by Children Affected by the March 11 Earthquake Disaster in Japan: A Text Mining Study. *Journal of International Society of Life Information Science*, **31**, 67-72.
- Kobasa, S. C. (1979). Stressful life events, personality, and health; An inquiry into hardiness. *American Journal of Community Psychology*, **37**, 1-11.
- 小泉美佐子・伊藤まゆみ・宮本美佐 (1999). 青年期の看護学生と高齢者の希望の比較に関する研究 群馬保健学紀要, **20**, 103-112.
- 松下智子 (2005). ネガティブな経験の意味づけ方と開示抵抗感に関する研究 心理学研究, **76**, 480-485.
- 松下智子 (2007). ネガティブな経験の意味づけ方と自己感情の関連—ナラティブ・アプローチの視点から— 心理臨床学研究, **25**, 206-216.
- Masten, A. S., & Reed, M. J. (2002). Resilience in Development. In Snyder, C. R. & Lopez, S. J. (Eds.) *Handbook of positive psychology*. Oxford University Press: New York. pp.74-88.
- 西野明樹・黒沢幸子 (2013). 日本語版自然災害下 Posttraumatic Growth 尺度作成の試み—東日本大震災を経験した関東圏内大学生と被災地中学生への調査から— 日本カウンセリング学会第46回大会発表論文集, 157.
- 大石郁美・岡本祐子 (2010). 青年期における挫折経験過程と希望の関連 広島大学心理学研究, **10**, 257-272.
- 尾崎真奈美 (2011). 心的外傷後の成長 (PTG) とスピリチュアルな発達—インクルーシブポジティブティの視点から— 相模女子大学紀要C 社会系, **75**, 101-107.
- Pargament, K. I., Desai, K. M., & McConnell, K. M. (2006). Spirituality: A Pathway to Posttraumatic Growth or Decline? In Calhoun, L. G., & Tedeschi, R. G. (Eds.). *The handbook of posttraumatic growth: Research and practice*. Lawrence Erlbaum Association: Mahwah, New Jersey. pp.121-137.
- 宅香菜子 (2005). ストレスに起因する自己成長感が生じるメカニズムの検討—ストレスに対する意味の付与に着目して— 心理臨床学研究, **23**, 161-172.
- 宅香菜子 (2010). がんサバイバーの Posttraumatic Growth 腫瘍内科, **5**, 211-217.
- Taku, K., Lawrence, G., Calhoun, L. G., Tedeschi, R. G., Gil-Rivas, V., Kilmer, R. P., & Cann, A. (2007). Examining posttraumatic growth among Japanese university students. *Anxiety, Stress, & Coping*, **20**, 353-367.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (1996). The Posttraumatic Growth Inventory: Measuring the



- Positive Legacy of Trauma. *Journal of Traumatic Stress*, **9**, 455–471.
- Tedeschi, R.G., & Calhoun, L.G. (2004). Posttraumatic Growth: Conceptual Foundations and Empirical Evidence. *Psychological Inquiry*, **15**, 1–18.
- Zoellner, T., & Maercker, A. (2006). Posttraumatic growth in clinical psychology: A critical review and introduction of a two component model. *Clinical Psychology Review*, **26**, 626–653.
- 2013年9.25受稿, 2013年11.15受理—

## A study of posttraumatic growth through adversity

—Focus on the subjective meaning of one's experience—

Aki Nishino

Mejiro University, Graduate School of Psychology

Tatsuo Sawazaki

Mejiro University, Faculty of Human Sciences

Mejiro Journal of Psychology, 2014 vol.10

### **【Abstract】**

Despite suffering, some people change positively as a result of struggling through adversity—a phenomena called “Posttraumatic Growth (PTG).” In this study, 270 Japanese university students asked to recall the adversity in their lives and answered several questions (included the Posttraumatic Growth Inventory (PTGI)) about their experience. A factor analysis produced five factors with a total of 15 items: Relating to Others, New Possibilities, Spiritual Change, Personal Strength and Initiative. This scale was named the “Posttraumatic Growth Inventory in Adversity (PTGIA).” Next, we examined relationships between PTGIA and Hope. Third, we tested the relationships between PTGIA scores and the past number of months, and differences on each subscale of the PTGIA across the type of the continuation, events, experience.

These results showed that (a) PTG does not occur only by waiting for the difficult time to pass, (b) PTG occurs easily in one's past experience with a constant period, (c) PTG is high when students have hope towards being come under an affirmative influence of the experience in the future.

**keywords :** posttraumatic growth, meaning of adversity, the hope, future